

# Il moderno istruttore?

## Tecnico e comunicatore

***In un'accezione moderna, la palestra, ha diversi significati: luogo di incontro, socializzazione, relax e divertimento. Il trainer, dunque, nella doppia veste di istruttore e animatore***



**L'**istruttore moderno, deve avere la capacità di agire su molteplici campi. Dev'essere una figura professionalmente preparata, versatile, e saper muoversi con destrezza nelle diverse situazioni.

Non è sufficiente solo una laurea, un diploma, un attestato o uno stage per proclamarsi trainer o professionisti del settore. Bisogna sempre essere attivi partecipando a meeting,

riunioni, corsi di formazione e d'aggiornamento. Leggere molte riviste del settore, navigare su internet e guardare la Tv. Insomma, essere informati, sfruttando tutti i canali della comunicazione disponibili. In altre parole un vero trainer deve interessarsi non solo del proprio settore, ma avere la mente aperta e ricettiva a tutti gli stimoli che provengono dall'ambiente esterno. In particolare, se siamo trainer di sala Fitness interessa-

moci anche del lavoro delle receptionist, dell'istruttore di Fit Boxe, dei consulenti commerciali, del Fitness Manager e di tutto quello che il nostro centro crea e organizza. Essere un trainer impegnato su tutti i fronti non è certo facile, ma ci permette di essere più di un semplice trainer: un vero e proprio Global Trainer. Non basta essere solo un buon tecnico, il bagaglio delle conoscenze tecniche conta certamente, ma quello che fa la



differenza sono i molteplici aspetti che riguardano la sfera emotiva/psicologica, fisica e culturale. Analizziamoli nello specifico

## Atteggiamento e immagine

Innanzitutto l'istruttore deve, con l'atteggiamento e con l'immagine, rispecchiare il club a cui appartiene.

Un socio seguito da un trainer poco attento alla propria immagine e alla forma fisica difficilmente potrà fidelizzarsi. E' perciò di fondamentale importanza mantenersi in forma e avere un aspetto generale sempre dignitoso e pulito. Maglietta stirata, alito profumato, barba rasata, capelli in ordine e cartellino di riconoscimento sempre in vista sono aspetti da non sottovalutare.

Non prestare attenzione a questi particolari può arrecare seri danni all'immagine del club e alla professionalità dell'intero staff tecnico. Difficilmente ci si fida di una persona trasandata. E, tantomeno, di un club i cui dipendenti sono poco curati. La divisa dovrà quindi essere indossata sempre con eleganza e stile, con pulizia e rispetto per se stessi, per il proprio lavoro e i propri colleghi. Avere una minuziosa e attenta cura di se stessi non basta, è necessario anche tenere un atteggiamento propo-

sitivo, sereno e allegro verso i soci e i propri colleghi. Solo se lo staff è unito e affiatato si può costruire e mantenere un ambiente positivo e sereno. Sorridere è fondamentale. Nessuno va in palestra per vedere il proprio istruttore triste, arrabbiato o stanco. Meglio prendersi due giorni di permesso per ricaricare le pile, piuttosto che presentarsi con un atteggiamento negativo che mina l'armonia e lo spirito del club.

## Energia e positività

E' fondamentale l'energia con cui affrontiamo i soci e le situazioni che si presentano. Nel momento in cui stringiamo la mano, ad esempio, avviene un passaggio d'energia importante. Stringiamola in modo energico, vitale e sicuro in modo da trasmettere sicurezza, positività e allegria. Un atteggiamento attento, vitale, pronto e volenteroso sarà indice di professionalità e serenità. L'istruttore, quindi, deve saper comunicare anche attraverso la gestualità. Non dimentichiamoci che oggi la palestra è vissuta come il luogo delle aspettative. Aspettative che non sono solo fisiche ma soprattutto emozionali. Il centro fitness è la nuova piazza del paese, una piazza in cui ci si incontra per pas-

sare le serate in compagnia. Il cliente sarà fidelizzato non solo se raggiungerà gli obiettivi prefissati ma se trova anche un ambiente sereno dove si trova a suo agio. Un cliente che raggiunge i suoi obiettivi fisici, ma non quelli emozionali, penserà di avercela fatta perché si è impegnato al massimo e non grazie al suo istruttore o al centro.

## Comunicazione e affiatamento

Un cliente che non raggiunge tutti i gradi di soddisfazione, potrebbe facilmente decidere, da un momento all'altro, di cambiare centro. Un cliente, invece, felice, ben integrato, che in palestra conosce e incontra molte persone, anche nel caso non dovesse realizzare pienamente le aspettative sul piano fisico, sarà comunque fidelizzato e difficilmente cambia..

Il cliente cerca nel trainer una persona che lo aiuti a restare o rimettersi in forma divertendosi. Un ottimo trainer è dunque non solo un buon tecnico ma anche un buon animatore. Uno dei compiti dell'istruttore, dunque, è animare la vita dei soci, organizzando iniziative che divertano le persone a lui affidate. Dovrà anche prestare particolare attenzione alle soggettività di ognuno, riconoscendo le persone più introversive, quelle, in altre parole, a rischio di essere perse se non sono ben integrate.

Massimiliano Finorio  
(Direttore Tecnico dei Centri New Energy Club)